

آموزش جنسی کودکان + فیلم

آموزش جنسی کودکان مهمترین مسئله ای می باشد که می توان با استفاده از آن از آزار جنسی در کودکان جلوگیری کرد. آموزش مسائل جنسی به کودکان با آموزش جنسی بزرگسالان بسیار متفاوت است. در آموزش جنسی کودکان نباید مسائل جنسی را همانند آموزش مسائل جنسی بزرگسالان برای آنان توضیح داد. به خاطر حس کنجکاوی در کودکان، والدین با سواباتی در مورد مسائلی جنسی از جانب آنان مواجه می شوند که نیازمند اطلاعات می باشند. خانواده ها باید در پاسخگویی به این سوابات و آموزش جنسی به کودکان هوشیار باشند. والدین برای پاسخگویی به این سوابات نباید بگویند که این حرف زشته، دیگه این حرف رو نزنن ها و یا جواب های مشابه به این گونه سوابات کودکان بدهند. چرا که والدین با دادن این گونه پاسخ ها به کودکان کنجکاوی آنها را بیش از پیش تحریک می کند و همین امر سبب می شود که کودک سوال خود را از کسی دیگر بپرسد. این گونه پاسخ ها از جانب اطرافیان کودک ممکن است پاسخ های صحیحی نباشد و برای کودک بسیار خطرناک است. از طرف دیگر با توجه به پیشرفت تکنولوژی های ارتباطی و اطلاعاتی در زندگی های نوین امروز، موجی از اطلاعات درست و نادرست در مورد مسائل جنسی در اختیار افراد مختلف از جمله کودکان قرار داده شده است که می تواند کودکان را به مسیر های اشتباهی سوق دهد. والدین با آموزش جنسی صحیح به کودکان می توانند از کودک خود در مقابل بسیاری از مسائل و عوامل مختلف که آنان را تهدید می کند، محافظت نمایند.



آموزش جنسی کودکان

آموزش جنسی کودکان معمولا از سمت والدینشان است. یکی از مشکلاتی که بسیاری از والدین با آن مواجه هستند ناگاهی آنان در مورد چگونگی صحبت کردن در مورد این موضوع با فرزندانشان می باشد. از طرف دیگر نبود یک منبع آموزش رسمی و غیر رسمی صحیح برای والدین منجر به وجود آمدن مشکلات کوچک و بزرگ برای پاسخگویی والدین به سوالهایی از این قبیل شده است.

قبل از هر چیزی والدین باید به کودک خود بیاموزند که قسمت های پوشده بدن، قسمت های خصوصی بدن آنهاست و نباید این قسمت ها را به کسی نشان دهند یا به کسی اجازه دهند که بدن آنها را لمس کند. باید به کودکان بیاموزید حتما به این که کسی قصد لمس کردن یا دیدن قسمت های خصوصی بدن او را دارد عکس العمل نشان دهد و سریع بگوید که : این کار رو نکن. من بدم می یاد. دوست ندارم بهم دست بزنی . و بعد از آن سریع این موضوع را به والدین خود منتقل نماید.

کودکان آزار جنسی را احساس می کنند و زمانی که شخصی آنها را لمس می کند احساس بدی در آنها ایجاد می شود. باید به کودکان آموزش داده شود که در زمان هایی که این احساس بد را داشتند سریع این موضوع را با پدر و مادر خود در میان بگذارند. زمانی که کودک شما این قضیه را به شما می گویند حتما او را تشویق کنید و نسبت به فردی که قصد آزار جنسی کودک شما را داشته عکس العمل نشان دهید چرا که این

فرد دوباره به سراغ بچه شما یا بچه های خانواده های دیگر می رود. به هیچ وجه فکر نکنید که شخصی که قصد آزار جنسی کودک شما را داشته باید در یک نگاه آدم بدی به نظر بیاید، این افراد در جامعه بزرگسالان معمولا از وجه خوبی برخوردار هستند.

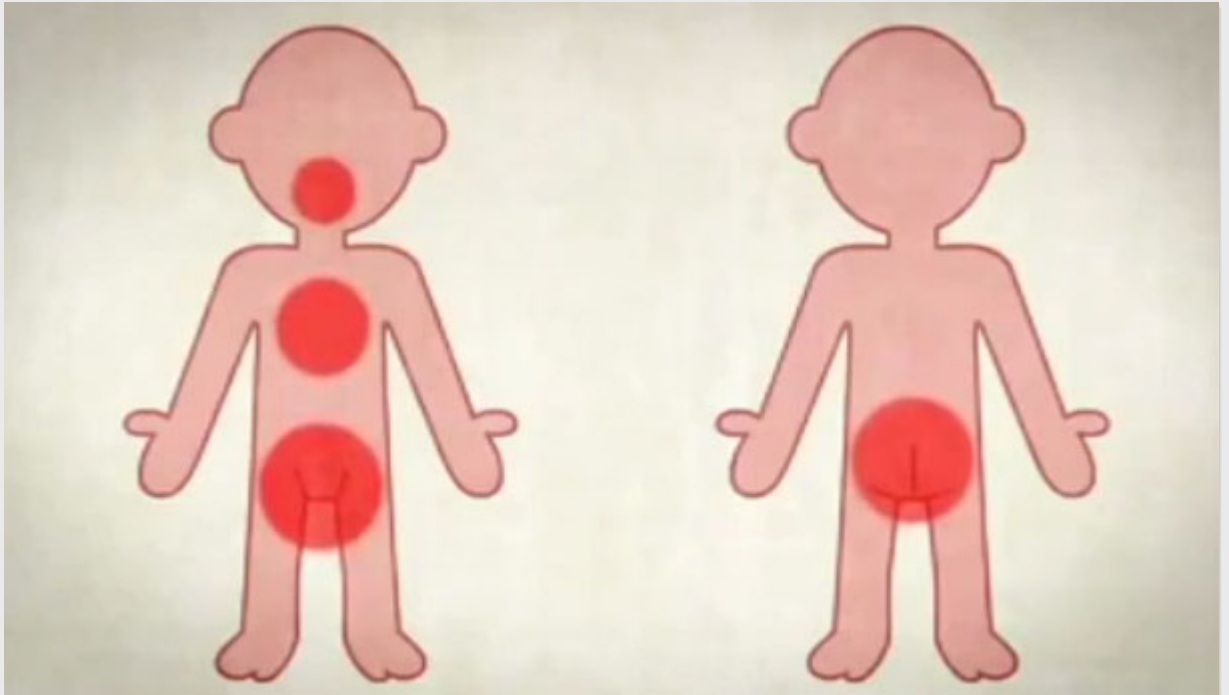
بر اساس تجربیات ما در زمینه آزار جنسی کودکان می توانیم بگوییم که اکثر آزار های جنسی کودکان از سمت آشنایان اتفاق می افتد. به همین دلیل حواس پدر ها و مادر ها باید بسیار جمع باشد.

در سن ۲ تا ۳ سالگی کودک متوجه بدن خود و تفاوت های جنسیتی خود می شود و این توجه باعث می شود کودک راجبه بدن خود کنجکاوی کند. والدین باید با پاسخ های خود کنجکاوی های فرزند خود را کنترل نمایند و حواسشان باشد این کنجکاوی بیش از حد ادامه پیدا نکند. در این سن ممکن است سوالاتی در مورد نحوه تولد خود بپرسند. برای پاسخ به این سوالات اول باید ببینند که این سوال چرا و چگونه در ذهن کودک نقش بسته است و سپس با فهمیدن ریشه این سوال پاسخی بر اساس دانسته های کودک به او بدهند.

با بزرگتر شدن کودکان به مرور سوالاتشان دقیق تر می شود که شما باید با توجه به اطلاعات کودک به او پاسخ دهید. در صورتی که در پاسخگویی به سوالات جنسی کودکان دچار مشکل شدید حتما از یک روانشناس متخصص مشاوره بگیرید.

بهترین نوع آموزش جنسی کودکان این است که والدین به خصوص مادر ابتدا خود اطلاعات لازم برای آموزش مسائل جنسی و نحوه پاسخ دهی صحیح به سوالات فرزند خود را کسب کرده و سپس با توجه به شرایط و طرز فکر کودک اطلاعات لازم را متناسب با سن فرزندش به او بدهد. با این کار خطر کودک آزاری و کسب اطلاعات غلط و نامناسب جنسی را برای فرزندان به حداقل می رسانید.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد نحوه آموزش جنسی کودکان توصیه می کنیم که حتما از یک روانشناس متخصص در زمینه کودک مشاوره بگیرید. والدین و مربیان کودکان برای کسب اطلاعات لازم می توانند با مشاوران مرکز مشاوره روانشناسی هنر زندگی تماس بگیرند.



چه مسائل جنسی را به کودکان آموزش دهیم

بسته به سن کودک مسائل جنسی که باید به او آموزش دهید متفاوت است. والدین باید آرام آرام با تناسب سن کودک اطلاعات جنسی را در اختیار کودک بگذارند. با انجام این کار از بسیاری از مشکلات رفتاری، اختلالات جنسی در فرزندان نشان جلوگیری خواهند کرد.

چه زمانی آموزش جنسی کودکان را شروع کنیم

بهترین سن کودک برای آموزش مسائل جنسی مسئله ای است که بسیاری از روانشناسان و متخصصان علوم رفتاری و جنسی در حال مناقشه بر روی آن هستند. آموزش مسائل جنسی باید از همان سال های نخست زندگی آغاز گردد. طبیعی است که هر چه کودک بزرگتر می شود ملاحظات تربیتی او نیز پیچیده تر می شود. آموزش مسائل جنسی در کودکان در سنین مختلف متفاوت است و در دوران نوجوانی با توجه به شرایط خاص این دوران ملاحظات ویژه خود را می طلبد.

خطرات جنسی که کودکان را تهدید می کند

در جوامع امروزه با توجه به پیشرفت تکنولوژی و شبکه های اجتماعی، اطلاعات به راحتی در اختیار تمامی افراد به خصوص کودکان کنجکا و قرار می گیرد که ممکن است بسیاری از این اطلاعات نادرست باشند. والدین می توانند با آموزش جنسی کودکان از فرزندان خود در مقابل خطرات احتمالی این گونه اطلاعات محافظت کنند. کودکانی که

آموزش جنسی دیده اند، کمتر مورد آزار جنسی قرار می گیرند و در این شرایط می توانند از خود محافظت نمایند.

وقتی با کودکان درباره‌ی جنسیت صحبت می‌کنیم واژه «خصوصی» و «سری» را برای آنها بازگو کنید. برای بچه‌های کوچکتر می‌توان این مثال را گفت: «همه‌ی ما به توالی می‌رویم و در را می‌بندیم و این کار را به تنهایی انجام می‌دهیم، چون خصوصی و سری است. همین طور اعضای خصوصی بدن ما سری است و باید از لباس استفاده کنیم». به بچه‌های بزرگتر (پیش‌دبستانی و دبستانی) خود بگویید: گرچه موضوعات خصوصی را می‌دانند، ولی هرگز در مورد این مسائل با کودکان کوچکتر از خود صحبت نکنند و اگر کودکان سوالی کردند به آنها بگویند: «در این باره از پدر و مادر سوال کن»

کنجاوی کودکان در مورد مسایل جنسی از جمله مواردی است که والدین در مواجهه با آن احساس سردرگمی می‌کنند .

شاید مهم ترین عامل این سردرگمی دیدگاه والدین نسبت به بچه‌ها درباره مسایل جنسی است . پرسش کودکان در این زمینه در جهت کنجاوی آنان نسبت به دنیای درون و برون خود بوده و با مفاهیم روانی جنسی دوران بزرگ سالی متفاوت است . کودکان همچون بزرگسالان به این موضوع نمی‌نگرند و باورهای خاص خود را در این زمینه دارند . در مدیریت صحیح این مسایل ، بدیهی است که آشنایی والدین با روند رشد روانی جنسی کودکان و نحوه برخورد با آن در تحکیم تعامل با فرزندان و گذر از این مرحله بسیار کمک کننده خواهد بود .



در این زمینه ابتدا توضیحاتی در مورد ویژگی های رشدی روانی جنسی کودکان ارائه شده و در ادامه در رابطه با چگونگی اداره مناسب این روند رشدی راهکارهایی پیشنهاد خواهد شد .

از بدو تولد و هنگامی که والدین متناسب با انتظارات جنسی مربوط به جنسیت کودک به او لباس می پوشانند و رفتار می کنند ، تفاوت جنسیتی مشهود است . روند رشد جنسی کودک دارای بعد روانی و بعد جسمی است و بعد از دوره نوزادی رشد جنسی عمدتاً به مرحله روانی رشد متمرکز است ، در مورد بلوغ و رشد روانی جنسی کودکان می توان سه مرحله را شرح داد .

رشد هویت جنسی - درک کودک از خود به عنوان دختر یا پسر بودن و اعتقاد راسخ به آن هویت جنسیتی نامیده می شود . هویت جنسیتی در سن ۱۸ ماهگی ظاهر و اغلب تا سنین ۴ - ۲ سالگی تثبیت می شود . دو سوم کودکان بین سنین ۷ - ۳ سالگی جنس خود را بر اساس شواهدی چون طرز لباس پوشیدن و مدها می دانند . هر چند دامنه وسیعی از تفاوت های فردی در زمان بندی هویت جنسیتی وجود دارد ، دختران هویت جنسیتی خود را در سنین پایین تری نسبت به پسران کسب می کنند . با وجود اینکه عوامل فرهنگی اجتماعی نیز در شکل گیری آن دخیل می باشد ولی بخش عمده کسب هویت جنسیتی درونی ذاتی است .

وقتی بچه ها در حال کشف دنیای خود هستند، کم کم را کشف می کنند نسبت به اعضای خصوصی بدن هم جنس خود و جنس مخالف نیز به طور طبیعی کنجکاو می شوند. شکل اعضای تناسلی جنس مخالف برای بچه ها جالب است. بچه ها در بازی های عادی خود از فرصت استفاده می کنند و از نظر جسمی به بچه های دیگر نزدیک می شوند تا شکل بدن آنها را کشف کنند. معمول ترین سناریو، "دکتر بازی کردن" بچه ها است. بیشتر بچه ها تجربه دارند که وقتی نزد پزشک می روند او بدن آنها را معاینه می کند. پس دکتر بازی می کنند تا بتوانند فرصت دیدن بدن دیگران را بدست آورند. آگاه باشید که بچه ها از سرکنجکاو بازی های جنسی می کنند و این امری طبیعی است. اگر دیدید که فرزندتان در حضور بچه های دیگری برهنه یا نیمه برهنه شده است، عکس العمل شما بسیار مهم است و بر احساسی که فرزندتان در آینده نسبت به بدن خود و اعضای خصوصی آن پیدا خواهد کرد تأثیر بسیار مهمی خواهد گذاشت. هول نشوید، نه او را سرزنش کنید ، نه تنبیه. کاری که باید بکنید این است که، برای رفتار جنسی مناسب آنها حد و مرزی تعیین کنید.

تعیین حد و مرز جنسی

پسر ۵ ساله شما با همبازی خود در اتاق مشغول بازی است. وقتی وارد اتاق می‌شوید می‌بینید از کمر به پایین برهنه شده‌اند. برخورد شما چیست؟ آرامش ظاهری خود را حفظ کنید و سر بچه‌ها داد نکشید و آنها را سرزنش نکنید. بلکه برای آنها حد و مرزی تعیین کنید. مثلاً بگویید: «هر دوی شما لباسهایتان را بپوشید. بدن شما خصوصی است و نباید جلوی کسی لباسهایتان را در بیاورید. بیایید برای شما یک سرگرمی پیدا کنم».

هر کدام از خانواده‌ها می‌توانند از این موقعیت مناسب برای آموزش فرزند خود استفاده کنند. اگر دیدید بچه‌ها باز هم به دکتر بازی علاقه نشان دادند شاید نشان این است که کنجکاویشان هنوز ارضا نشده است. بنشینید و اطلاعات اساسی را با فرزند خود مرور کنید. با او درباره‌ی شکل بدن و نام یکی یکی اعضای مختلف بدن صحبت کنید. اندام‌های جنسی را در لابه لای اندام‌های غیرجنسی نام ببرید.

سری بودن و خصوصی بودن

وقتی با کودکان درباره‌ی جنسیت صحبت می‌کنیم واژه «خصوصی» و «سری» را برای آنها بازگو کنید. برای بچه‌های کوچکتر می‌توان این مثال را گفت: «همه‌ی ما به توالی می‌رویم و در را می‌بندیم و این کار را به تنهایی انجام می‌دهیم، چون خصوصی و سری است. همین‌طور اعضای خصوصی بدن ما سری است و باید از لباس استفاده کنیم».

به بچه‌های بزرگتر (پیش‌دبستانی و دبستانی) خود بگویید: گرچه موضوعات خصوصی را می‌دانند، ولی هرگز در مورد این مسائل با کودکان کوچکتر از خود صحبت نکنند و اگر کودکان سوالی کردند به آنها بگویند: «در این باره از پدر و مادر سوال کن». مهم‌ترین آموزگاران بچه‌ها، والدین هستند. نه ما، و نه کودکان ما هیچ‌گاه نباید از دانستن خجالت بکشیم. زیرا همه‌ی ما حق داریم بدانیم. فقط باید سعی کنیم عبارات را در خور فهم کودکان ساده کنیم.

نقش جنسیتی، رفتاری است که جامعه برای هر جنس به رسمیت می‌شناسد و مستلزم همانند سازی با رفتارهای زنانه و مردانه مقبول فرهنگ است. نقش جنسیتی شکل‌گیری رفتار بر اساس هویت جنسی است که هماهنگ با آن نمایان می‌شود. شگفت‌آور نیست که در این زمینه تفاوت‌های فرهنگی چشمگیری وجود دارد. بین سنین ۳-۴ سالگی عمده پسران ترجیحات پسرانه را در انتخاب دوستان، اسباب بازی‌ها و فعالیت‌های مردانه نشان می‌دهند. پسرها بیشتر از دخترها به بازی‌های خشن و پر

سر و صدا می پردازند . مادرها بیشتر با دخترانشان صحبت می کنند و پدرها بیشتر به پسرها توجه می کنند . دخترها عروسک بازی را ترجیح می دهند و پسرها با تفنگ بازی می کنند . استقلال بازی های فیزیکی و پرخاشگری در پسرها و وابستگی ، بیان صمیمیت در دخترها تشویق می شود . از لحاظ زیست شناسی پرخاشگری جسمانی پسرها بیشتر از دخترهاست و توقعات والدین بخصوص انتظارات پدر ، این صفات را تقویت می کند .

در پسر بچه ها بر اساس برچسپی که از خانواده دریافت می کنند ، نقش جنسیتی ممکن است در سنین پائین تری ، نیز شکل بگیرد . کودک ۲ ساله نقش جنسیتی دیگران را بیان می کند « او دختر است » . در ۳ سالگی ، کودک قادر به تعیین هویت جنسی خود است « من دختر هستم » .

این نقش در سراسر دوران کودکی تقویت شده و در اوایل دوران دبستان ، کودک احساس تداوم نقش جنسیتی را دارد . « من همیشه یک دختر خواهم بود » . طی دوران دبستان تا دوران نوجوانی نقش جنسیتی به روند رشدی خود تا مرحله ثبات جنسیتی ادامه می دهد . « من حتی اگر موهایم شبیه برادرم کوتاه باشد می دانم که یک دختر هستم .

«



رفتارهای مشخص دخترانه و پسرانه در سن ۴-۵ سالگی تثبیت و بعد از آن ، این رفتارهای کلیشه ای ادامه می یابد . تغییر در رفتارهای جنسی و نقش جنسیتی در کودکان باید از جهت اختلال در روند شکل گیری هویت جنسی مورد بررسی قرار گیرد . ارتباطات جنسیتی ، الگوهای خاصی نسبت به کودک دارند . در دوران شیرخوارگی

ممکن است بچه ها اقدام به دستکاری ناحیه تناسلی خود کنند . دستکاری ناحیه تناسلی فعالیت طبیعی در کودکان است ، که بویژه در سنین ۱۹-۱۵ ماهگی در کودکان ظاهر می شود و قسمتی از کنجکاوی کلی کودکان نسبت به بدن خودشان است . بین سنین ۵- ۲ سالگی نیز افزایش بارزی در کنجکاوی به ناحیه تناسلی و بازی های جنسی و تمایل به هم جنسان دیده می شود . این فعالیت ها با احساسات لذت بخش حاصله تقویت می شوند .

در دید کلی ، یادگیری جنسی از طریق تعامل والد - فرزند شامل برآورد نیازهای شیرخوار ، در آغوش کشیدن و تقویت و تنبیه فعالیت های مرتبط با جنس صورت می گیرد . در آغوش کشیدن و تماس فیزیکی مناسب موجب ایجاد امنیت هیجانی و حس مثبت در شیرخواران نسبت به بدنشان شده و با ایجاد تصویر مناسبی از بدن خود ، در شکل گیری آتی عزت نفس جنسی سودمند خواهد بود . تصویر بدنی مناسب از خود از طریق کسب مهارت در فعالیت های جسمی اولیه و رویکرد مثبت والدین نسبت به تکالیفی هم چون آموزش آداب توالد حاصل می شود . در جریان این روند رشدی روانی جسمی ، کودک از راه تقلید ، پاداش و اجبار رفتارهایی را می پذیرد که فرهنگ پیرامون ، آنها را مناسب با نقش جنسیتی او تعیین کرده است . در طی این دوره کودک در مورد اندام جنسی خود کنجکاوی می کند . در این مرحله است که کودک آلت جنسی خود را کشف می کند . درست همانگونه که سایر قسمت های بدن خود را کشف می کند . اگر این کنجکاوی طبیعی تلقی شود و با آن با صداقت و مناسب با سن کودک برخورد شود ، کودک شگفتی دنیا را پذیرفته و در نقشی که دارد احساس رضایت خواهد کرد .

کنجکاوی کودکان بصورت سؤالات متعدد در این دوره بیان می شود و نحوه پاسخ به این سؤالات و امتناع کودکان قابل تأمل است . این کنجکاوی ها علاوه بر پرسش سؤالات ممکن است به صورت برهنگی و در آوردن لباس ها ، بازی با دوستان ، بازی با ناحیه تناسلی خود و خود ارضائی بروز کنند . جهت اداره مناسب این روند رشدی توجه به موارد زیر کمک کننده خواهد بود . رفتار های روانی جنسی کودکان خود را با مسائل بزرگسالان مورد مقایسه قرار ندهید . هرگز در مورد این رفتارها شتاب زده قضاوت نکنید و در مورد علت انجام این رفتارها تأمل کنید .

در مورد الگوهای رفتاری خود و پیام های در یافتی از تلویزیون در رابطه با موارد مرتبط با مسائل جنسی از جمله طرز لباس پوشیدن ، شوخی ها و ارتباطات تجدید نظر کرده و سعی در تعدیل این الگوها نسبت به سن کودک تان داشته باشید . بچه های کوچک زیاد تقلید می کنند و هر آنچه که از سوی بزرگترها می بینند ،

انجام می دهند ، حتی اگر پی به اهمیت آنچه که تقلید می کنند ، نبرده باشند .
به فرزندان خود بویژه با بزرگ تر شدن آن ها بیاموزید که شما پدر و مادری هستید
که بتوانند از شما سؤال کنند . یعنی پدر و مادری که حتی به ناراحت کننده ترین
سؤالات به گونه ای پاسخ می دهید که راه برقراری ارتباط نزدیک تر و با احترام را
باز نگه می دارد . زیرا در غیر این صورت کودکان منابع دیگری برای ارضاء
نیازهای اطلاعاتی و کنجکاوی های خود جستجو خواهند کرد . طوری با کودکان رفتار
کنید که همیشه شما را در کنار خود احساس کنند .

در مورد سؤالات و رفتارهای جنسیتی هیچ گاه به تنبیه متوسل نشوید و از تحقیر و
سرزنش کودکان خودداری کنید . زیرا این کار نتیجه ای معکوس خواهد داشت و منجر
به پنهان کاری و احساس گناه و خجالت افراطی می گردد . اگر موضوعات جنسی تابو
شمرده شده و پرسش های کودک با خشونت رد شود ، شرم و ناراحتی زیاده از حد در
کودک ایجاد شده و موجب تداخل در شکل گیری عزت نفس جنسی آتی وی می شود .

پاسخ سؤالات را به آینده واگذار نکنید و به کودکان خود پیام های گیج کننده و
مبهم ندهید . خجالت خود را در این زمینه کنترل کنید و دچار اضطراب و تشویش
نشوید . « هر وقت بزرگ شدی خودت می فهمی » ، « این مسائل مربوط به بزرگترهاست
» ، « این حرف ها زشت هستند » ، « اگر از این حرف ها بزنی دهانت زخم می شود »
، پاسخ هائی هستند که به هیچ وجه کمکی به کودک نمی کنند .

• برخورد شدید و توأم با عصبانیت به سؤالات رفتارهای جنسی کودکان خود نداشته
باشید . به جای برخورد خصمانه و پرخاشگرانه در این موارد ، ضمن حفظ آرامش خود
، به بچه ها بیاموزید چه کاری مناسب است و چه کاری نامناسب و این که چگونه با
بخش های خصوصی بدن خود و دیگران برخورد مناسبی داشته باشد ، این قبیل واکنش ها
در رفع کنجکاوی کودکان نه تنها مؤثر نبوده بلکه منجر به عواقب نامناسب از جمله
پنهان کاری ، شرم افراطی ، اعتماد به نفس پائین ، اشکال در روابط جنسی آتی
خواهد شد

• در برخورد با رفتارهای جنسی نامناسب کودکان از جمله بازی ها ، ضمن بررسی علت
انجام این گونه رفتارها ، نادرست بودن آنها را به صورت ساده و روشن توضیح دهید
. از توجه افراطی و گوشزد کردن مکرر خودداری نمائید . محدوده ها و مرزها را با
کلماتی ساده توضیح دهید . حریم خصوصی افراد و بخش های خصوصی بدن را برای
کودکان شرح دهید .

• در صورتی که کودک شما به ناحیه تناسلی خود دست می زند ، بعد از بررسی سایر علل از جمله ناراحتی های جسمی مثل خارش و ... ، بر نادرست بودن این عمل تأکید کنید . توجه او را به فعالیت های دیگری جلب کنید و از یادآوری مکرر موضوع خودداری کنید . تکنیک بی اعتنائی نیز ممکن است در پایان بخشیدن به این موضوع در کودکان کم سن تر مفید باشد . اگر این مورد در هنگام خواب پیش آید با خواندن کتاب و پرت کردن حواس و تغییر برنامه خواب می توانید این عادت را کاهش دهید .

• در صورت درآوردن لباسها ، با تأکید بر نادرست بودن بازی بدون لباس ، به آن ها کمک کنید تا لباس خود را بپوشند و در صورت تکرار ، در زمان بازی مراقبشان باشید .

• در موارد طرح سؤالات از طرف کودکان ، به هر یک از سؤالات فرزندتان به طور خلاصه پاسخ دهید اطلاعات بیش از اندازه و توضیحات اضافی به فرزندتان ندهید .

– اجازه دهید سؤالات و علایق فرزندتان سمت و سوی بحث را تعیین کند .

– از برداشت و مفاهیم ذهنی فرزند خود در مورد سؤالاتی که طرح می کنند مطلع شوید .

• پاسخ هایی مستقیم با عباراتی دقیق ، اما ساده با توجه به سن کودک خود بدهید .

– از طرح پاسخ های مبهم و نادرست خودداری کنید .

– در هنگام صحبت با کودک خود کلمات قلمبه ، سلمبه استفاده نکنید .

• از بر چسب زدن به فعالیت های جنسی طبیعی کودک خودداری کنید . ذکر عباراتی چون « کثیف است » ، « دست تو پاک نخواهد شد » ، سخت گرفتن در آداب توالی ، موجب شکل گرفتن رفتار های وسواسی و اضطرابی در نزد بچه ها می گردد . استفاده از اسامی متعدد و شوخی های مختلف در مورد رفتارهای جنسی طبیعی کودکان و ناحیه تناسلی موجب عدم آشنائی کودک با رعایت حدود و قوانین گردیده و تکرار شوخی ها و گفته های بزرگسالان موجب برخورد متناقض با وی می شود که برای کودک قابل فهم نیست .

دانش جنسی کودکان در سنین مختلف

دربارهی مسائل جنسی کودکان در هر سنی تا چه میزان باید اطلاعات داشته باشند. به

خاطر داشته باشید بهترین آموزگار برای کودکان والدین می‌باشند.

پاسخ به سوال کودک: «نوزاد از کجا می‌آید؟»

زمانی که کودک، اولین نوزاد تازه متولد شده را می‌بیند، این سوال برایش به وجود می‌آید که نوزاد از کجا می‌آید؟ و مثل همه‌ی سوال‌هایی که از والدین می‌پرسد، جواب این سوال را نیز از آنها می‌خواهد. برای آنکه بدانیم چگونه به این سوال کودک پاسخ دهیم، باید بدانیم که:

مراحل درک کودک از تولد بدین صورت است:

«کودک سه ساله ،

این جواب را که نوزاد در شکم مادر رشد می‌کند را نمی‌تواند قبول کند. او گمان می‌کند همان‌طور که از خواربار فروشی می‌توان هر چیزی را خرید، بچه را هم از بیمارستان خریده‌اند.

کودک چهار ساله ،

خرید بچه را، از بیمارستان قبول ندارد، ولی رشد کودک در شکم مادر را می‌پذیرد و تصور می‌کند بچه از ناف مادر زائیده می‌شود.

کودک پنج ساله ،

بیشتر علاقمند است خود صاحب بچه شود، و این را در بازی‌های آنها می‌توان مشاهده کرد.

کودک شش ساله ،

علاقه شدیدی به مبدأ پیدایش بچه، بارداری و تولد پیدا می‌کند و تصور می‌کند بچه در اثر ازدواج پدر و مادر و به خواست خداوند به وجود می‌آید و در شکم مادر به شکل تخم است.

کودک هفت ساله ،

علاقه شدیدی به داشتن نوزادی جدید در خانواده دارد تا فرایند رشد کودک، در مادر را درک کند. «باید بدانیم اگر به کودک چهارساله بگوییم “نوزاد در بدن مادر رشد می‌کند” ، مطابق سن و درکش این را می‌پذیرد همان اندازه دانش، برای سن او کافی است.

«هرگز نباید، در برابر سوال کودک، از چگونگی تولد، به او دروغ بگوئید. اگر هم نمی‌خواهید در آن لحظه پاسخی دهید، به او بگوئید بعداً صحبت خواهیم کرد. تجربه

ما نشان می‌دهد که پاسخ درست ما به بچه‌ها، نه تنها انحراف ایجاد نمی‌کند، بلکه از آن‌ها پیشگیری می‌کند»

کودکان همواره با نگاه پاک و معصوم خود به دنیا نگاه می‌کنند اما دنیای امروز گاه آنقدر بیرحم است که والدین ترجیح می‌دهند خیلی زود آن‌ها را از حوادث و خطراتی که ممکن است برای‌شان پیش بیاید، آگاه کنند.

بچه‌هایی که مورد آزار قرار گرفته‌اند، آسیب دیده‌اند و حتی کشته شده‌اند. این مشکل در تمام کشورهای دنیا مشاهده می‌شود. اما مثل هر مشکل دیگری راهکارهایی برای جلوگیری از آن وجود دارد. کتابیون خوشایبی، روانپزشک کودک و حکیمه قادری، روانشناس و مشاور خانواده درباره راه‌های پیشگیری و درمان آزار جنسی در میان کودکان توضیح می‌دهند.

بگذارید کودکان از شما سؤال جنسی بپرسد

کنجاوی جنسی کودکان بسته به هوش و روابط اجتماعی آن‌ها از ۳ تا ۶ سالگی شروع می‌شود. آنچه مهم است این است که بچه‌ها شوق و هیجان زیادی در کشف جنسیت خودشان دارند. دنیای ذهن کودک بسیار پاک و معصوم است و اگر سوالات جنسی می‌پرسد، والدین نباید احساس شرم، ناراحتی یا عصبانیت پیدا کنند و نگاه‌شان باید همسو با نگاه کودک باشد. او با دنیای خودش و از دنیای پاک و معصوم خود از والدین سؤال می‌کند.

بنابراین اگر والدین در برابر هر سؤال جنسی به هر نوعی در مقابل بچه‌ها قرار گرفتند نباید شرم و حیا نشان دهند، در غیر این صورت نمی‌توانند به او کمک کنند. اگر والدین سوالات ابتدایی بچه‌ها را در برابر مسائل جنسی به این شیوه پاسخ دهند اثرات منفی دارد.

اول اینکه کودک از این به بعد در این مورد از آن‌ها مشورت نمی‌گیرد. دوم اینکه منبع آگاهی‌شان را همسن و سالان خودشان یا منابع نامطمئن بیرونی قرار می‌دهند و بیشتر در معرض خطر قرار می‌گیرند و بالاخره اینکه ناراحتی و عصبانیت آن‌ها از سؤال کودک به او احساس گناه و شرم غیرضروری می‌دهد. بنابراین اگر بعدها مشکلی برایش پیش بیاید و خطری او را تهدید کند به والدین نمی‌گوید.

چگونه مسائل جنسی را به کودکان خود آموزش دهیم

درست است که سن آموزش مسائل جنسی به کودکان از ۳ سالگی شروع می‌شود اما والدین باید بدانند که تنها در صورتی که کودک از آنها سوال جنسی کرد باید پاسخ دهند نه اینکه خودشان بی‌مقدمه برای کودک توضیح دهند. ممکن است والدین در کودک رفتاری ببینند که احساس کنند او آمادگی آموزش مسائل جنسی را دارد، مثلاً وقتی که کودک اندام جنسی‌اش را نمی‌پوشاند.

والدین باید به خاطر داشته باشند که سؤالات کودک را به صورت کلی و متناسب با سن او پاسخ دهند. مثلاً اگر کودک می‌پرسد: «مامان من از کجا اومدم» مادر پاسخ می‌دهد «از شکمم» و اگر چرایی این مسئله را پرسید مادر می‌گوید: «بچه باید جایی رشد کنه که گرم و آروم باشه و کسی به اون صدمه نزنه و اینجا بهترین جاست.»

هرچه سن کودک بالاتر می‌رود پاسخ‌ها می‌تواند بسط بیشتری پیدا کند. در آموزش به کودک خصوصی کردن و شخصی نشان دادن اندام‌های جنسی به بچه‌ها مهم است زیرا یاد می‌گیرند که از خودشان مراقبت کنند. نکته مهم آن است که در این آموزش جنسی نباید کودکان به خاطر اندام جنسی‌شان شرمسار شوند.

به عنوان مثال می‌توان در آموزش جنسی به کودک گفت «کسی اجازه نداره به چشم و گوش تو دست بزنه و حتی خودت هم نمی‌تونی و باید مراقب باشی. بعضی از اندام‌ها مثل چشم و گوش ماست و خیلی خصوصی است و هرکسی نباید به آن دست بزند.

همون‌طور که اگر کسی به چشم و گوش دست زد می‌ای به من میگی، درباره این قسمت هم اگر کسی دست زد می‌ای به من میگی و از من کمک می‌گیری.» به این ترتیب کودک اول از همه مراقبت از خود را یاد می‌گیرد و دوم اینکه اگر تعرضی پیش آمد بلافاصله والدین را مطلع می‌کند. اگر والدین پیام عیب است و زشت است به کودک بدهند، اگر تعرضی پیش بیاید شرم و اضطرابی پیدا می‌کند که آن را بازگو نمی‌کند.

خیال کودکان را راحت کنید

اگر والدین در مورد آزار و تعارض جنسی کودک حرفی نزنند و موضوع را نادیده بگیرند، کودک فکر می‌کند گناهی انجام داده. بدترین کار این است که به او حمله کنید. در این صورت مشکلات او بیشتر خواهد شد. بهترین راه این است که در مورد تجربه تلخی که داشته گفت‌وگو شود. اگر کودک به والدین بگوید و والدین نیز با او هم‌دردی کنند و به راه‌حل هم برسند می‌توانند از اضطراب دور شوند و آگاهانه زندگی عادی‌شان را داشته باشند.

پاسخ به سوالات جنسی کودکان یک ضرورت است

بهرتر است به کودک گفته شود «ما درباره این موضوع حرف زدیم و راه حل دادیم و بهتر است زندگی‌مان را داشته باشیم اما اگر سؤالی داشتی می‌توانی هر وقت خواستی از ما بپرسی.» به این ترتیب موضوع را به خود کودک واگذار می‌کنید تا هر وقت لازم دید با شما صحبت کند.

حتی اگر والدین از ترس آبرو روی این مسئله سرپوش می‌گذارند باید بدانند که دست‌کم بین خودشان این مسئله باید حل شود و امنیت و همدلی به کودک داده شود. به او اطمینان دهند که خداوند ناظر همه ماست و فردی که کار زشتی با او انجام داده یا او را آزار داده جزا خواهد شد.

به عوارض تعرض جنسی دقت کنید

کودکی که مورد تعرض قرار می‌گیرد به خصوص اگر با خشونت همراه باشد دچار پدیده PTSD یا استرس پس از حادثه می‌شود. یعنی اتفاق بدی برای او پیش آمده و تمام شده ولی حجم احساس منفی و هیجان در او مانده است. عزت نفس و حرمت نفس در این موضوع به شدت در معرض خطر است.

کودک با به یادآوری موضوع دچار حمله اضطرابی می‌شود. حتی اگر خودش را کنترل کند حمله اضطرابی تبدیل به اضطراب انتشاری در موضوعات دیگر می‌شود مثلاً اینکه از فضای بسته و از صدای بلند می‌ترسد و به اصطلاح دامنه ترس‌هایش افزایش پیدا می‌کند. ضمن آنکه ممکن است افکار وسواسی پیدا کند و با کوچک‌ترین صدا عصبی شود.

فرار و انکار محیط‌های اجتماعی از دیگر عوارض این اتفاق است که حل کردنش کار یک متخصص است. کودک ممکن است دیگر خودش را دوست نداشته باشد و از خودش متنفر باشد. هراس اجتماعی کودک می‌تواند تبدیل به تنفر اجتماعی شده و او شخصیت ضداجتماعی پیدا کند.

علائم زودرس و دیررس آزارجنسی کودکان

بررسی آثار و عواقب سوءاستفاده جنسی بسته به سن کودک و تعداد دفعات آزار جنسی متفاوت است. والدین باید توجه داشته باشند که تعرض جنسی به کودک لزوماً یک رابطه جنسی با کودک تعریف نمی‌شود. کودک ۳ ساله پیش‌بینی و توقع این را ندارد که کسی به او دست بزند، بنابراین آزار جنسی از لمس کردن شروع می‌شود و می‌تواند تا یک رابطه کامل جنسی هم ادامه یابد.

آزار جنسی تبعات روانشناختی متعددی تا پایان عمر باقی می‌گذارد. عوارض کوتاه مدت بلافاصله بعد از انجام آزار جنسی شامل شب ادراری، گوشه‌گیری، علائم اضطرابی شدید و ترس شدید می‌تواند بروز کند. او ممکن است در حضور دیگران احساس وحشت داشته باشد و بارگناه روی دوشش می‌ماند

و به نوعی این حس به او دست بدهد که همه بزرگسالان آن جنس ممکن است آزارگر باشند و قصد آزار رساندن به او را داشته باشند. در عوارض بلند مدت در بسیاری از موارد ممکن است در نوجوانی یا بزرگسالی فرد قربانی دچار افسردگی شود و گاهی اقدام به خودکشی کند.

واکنش خانواده‌ها تعیین‌کننده است

اگر خانواده به موقع از اتفاق آزار جنسی ناگوار مطلع و متوجه شود که کودک یک یا چندبار مورد آزار قرار گرفته، مداخلات روانشناختی زودهنگام می‌تواند از بروز تبعات درازمدت تا حدودی جلوگیری کند. به خانواده‌ها توصیه می‌شود حتما مراقبت کافی از فرزندان‌شان داشته باشند

و آنها را تنها در کنار یک فرد بزرگسال که حتی ممکن است کاملا آشنا هم باشند قرار ندهند و تماس‌ها طوری باشد که خودشان نقش نظارتی داشته باشند. کودکانی که آموزش‌های لازم را می‌بینند و اطلاعات و آگاهی بهتری دارند، میزان آسیب‌پذیری‌شان نسبت به کودکانی که هیچ آموزشی جنسی ندیده‌اند و هیچ آشنایی درباره بدن‌شان و آزارهای جنسی ندارند کمتر است؛ پس همیشه تاکید بر پیشگیری است.